

ХАРЧУВАННЯ ПРИ ЗАХВОРЮВАННЯХ НИРОК

1. Споживання рідини зменшити до 1 л на добу.
2. Обмежити вміст білків у їжі.
3. Готувати без солі.
4. Харчування дробне: 4-5 разів на добу.
5. Їжу вживати звичайної кімнатної температури.
6. М'ясо і рибу обов'язково відварювати, добова порція не більше 100-150 г.
7. Калорійність дієти: 2700-2900 ккал. на добу.

СПИСОК ДОЗВОЛЕНИХ ТА ЗАБОРОНЕНИХ ПРОДУКТІВ ПРИ ЗАХВОРЮВАННЯХ НИРОК:

● дозволено ● заборонено

Дозволені продукти



Хліб і хлібні вироби

Хліб без солі, млинці, оладки на дріжджах і без солі.

Заборонені продукти

Хліб звичайної випічки, борошняні вироби з додаванням солі.



Молоко і молочні продукти

Молоко, вершки, кисломолочні напої, сметана, кисломолочний сир.

Твердий сир



Солідагорен



Дозволені продукти

Заборонені продукти



Супи

Фруктові супи, овочеві супи, з крупою, картоплею. Заправляти супи вершковим маслом, сметаною. За смаком додавати: кріп, петрушку, оцет.

Супи на м'ясному, рибному, грибному бульйонах. Супи з бобових.



М'ясо

Нежирна яловичина, телятина, нежирна свинина, баранина, кролик, курка, індичка, відварений язик. Відварені або запеченні, злегка обсмажені після відварювання.

Жирні сорти м'яса. Смажені і тушковані блюда без відварювання. Ковбаси, сосиски, м'ясні консерви і копченості.



Риба

Нежирні сорти риби. Відварена з подальшим запіканням або легким обсмажуванням.

Жирні сорти риби. Солона і копчена риба. Ікра, рибні консерви.



Крупи і макаронні вироби

Рис, перлова, пшоно, гречана, кукурудзяна крупи, а також макаронні вироби.

Бобові.





Дозволені продукти



Овочі

Картопля і овочі в будь-якій кулінарній обробці.
Салати зі свіжих овочів. Не солити.

Заборонені продукти

Бобові, цибуля, часник, редъка, редис, щавель, шпинат. Солоні, мариновані та квашені овочі, гриби.



Яйця

Жовтки, що додаються в страви.
Цілі яйця можна їсти до двох в день, але за умови, що в раціоні зменшити вміст м'яса, риби або сиру.

Круте яйце.



Жири

Вершкове несолоне масло.
Рафіновані рослинні олії.

Свиняче сало.



Соуси і прянощі

Томатні, молочні, сметанні, фруктові та овочеві солодкі і кислі соуси і підливи.
Ванілін, кориця, лимонна кислота, оцет.

М'ясні, рибні та грибні соуси.
Перець, гірчиця, хрін.



Фрукти

Будь-які фрукти і ягоди у будь-якому вигляді.
Компоти, киселі, муси, желе.



Солодощі

Мед, варення, цукерки, фруктове морозиво.

Шоколад і шоколадні вироби.



СОЛІДАГОРЕН – базовий препарат при запальних захворюваннях нирок.

ДОРОСЛИМ І ДІТЯМ ВІКОМ ВІД 12 РОКІВ

Приймати всередину по 20–30 крапель препарату Солідагорен зі 100–200 мл води 3 рази на добу.

Споживання рідини протягом доби при прийомі Солідагорен має становити не менше 1,5–2 л.*

Тривалість застосування лікарського засобу визначається лікарем і залежить від перебігу та тяжкості захворювання. Якщо симптоми захворювання не зменшуються, або виникають будь-які побічні реакції, необхідно припинити застосування цього лікарського засобу та проконсультуватися з лікарем.

*Інструкція для медичного застосування до препарату Солідагорен

